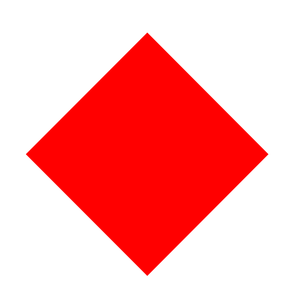
Intelligenz im Alterungsprozess



Oliver Kloss ◆ 2018

Drei Grundbegriffe der allgemeinen Psychologie seit der Aufklärung

Wille/ Wollen =>

Gefühl =>

Denken/ Verstand =>

Drei Grundbegriffe der allgemeinen Psychologie seit der Aufklärung

Wille/ Wollen	**=>**	**Motivation**
Gefühl	**=>**	**Emotion**
Denken/ Verstand	**=>**	**Kognition**

Typische Veränderungen im Bereich der kognitiven Fähigkeiten im höheren Lebensalter

- Informationsaufnahme
- Informationsverarbeitung
- Reaktionsvermögen
- Koordination
- Gedächtnis
- Lernen

Typische Veränderungen im Bereich der kognitiven Fähigkeiten im höheren Lebensalter

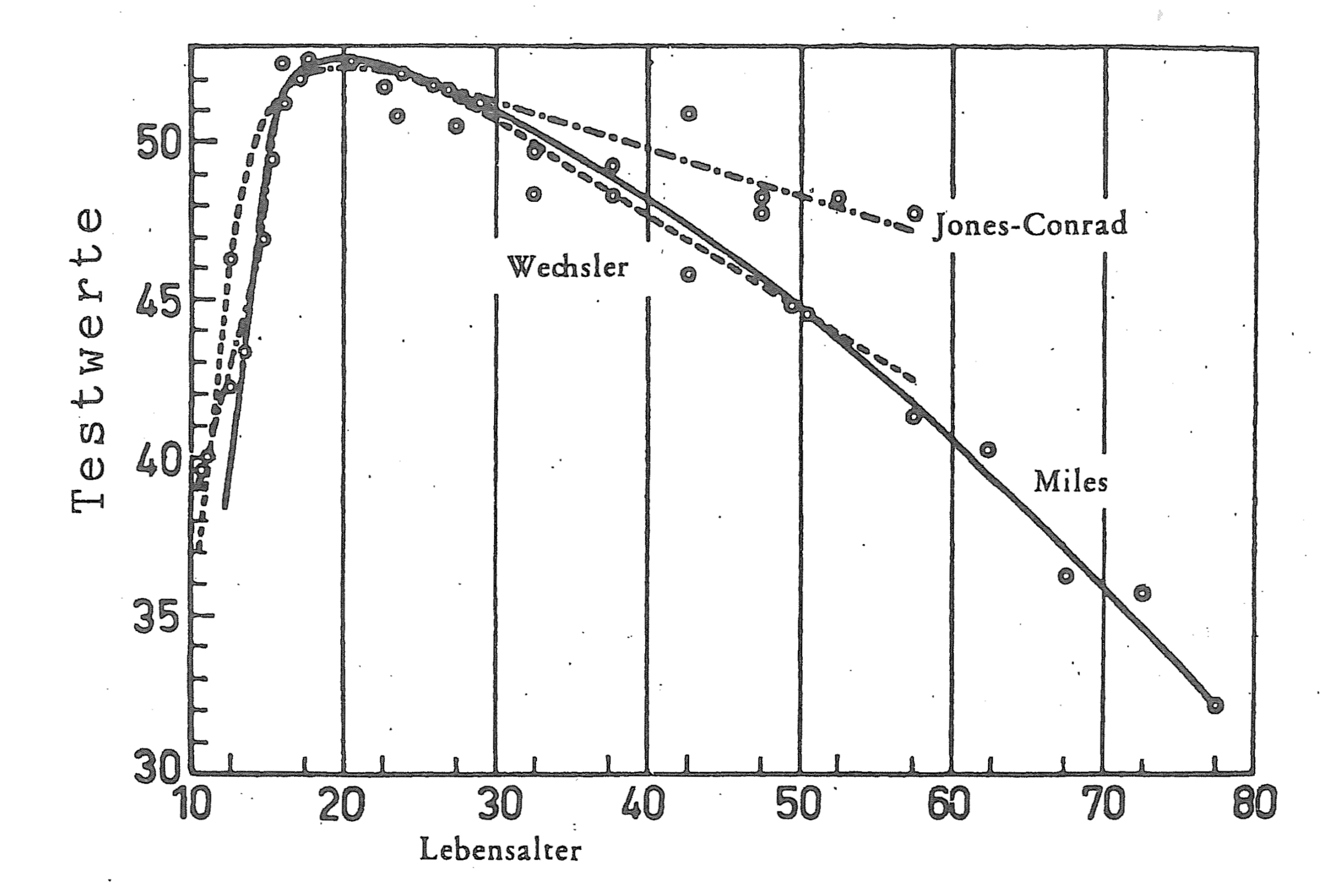
- **Informationsaufnahme** verringert sich
- **Informationsverarbeitung** verlangsamt
- **Reaktionsvermögen** verlangsamt
- **Koordination**svermögen verringert
- **Gedächtnis** mit Verlusten, doch trainierbar!
- **Lernen** verlangsamt, doch trainierbar!

Seit den 70er Jahren des 20. Jh. ist bekannt, dass die Intelligenzleistung bis zum 20. Lebensjahr steil ansteigt, spätestens ab dem 25. Lebensjahr jedoch mit zunehmendem Alter kontinuierlich sinkt.

Nachstehend die vielleicht traurigste statistische Kurve aus der Intelligenzforschung:

Durchschnittsleistung bei drei amerikanischen Intelligenztests in Beziehung zum Lebensalter.

(Quelle: Lehr 1977, S. 53).


Testwerte
50
45
40
35
30
10
20
30
40
50
60
70
80
Lebensalter
Wechsler
Jones-Conrad
Miles

Intelligenz

- Fluide Intelligenz

  Fähigkeit zur Lösung neuartiger kognitiver Prozesse

Nimmt ab 30. Jahr ab!

  Scheint nicht trainierbar zu sein.

- Kristalline Intelligenz

  Fähigkeit, vertraute kognitive Prozesse, d.h. die Leistungen bezüglich des Gewohnten, aufrecht zu erhalten bzw. zu steigern

- **Lässt sich trainieren!**

Intelligenzleistung

Gute kristalline Intelligenz kann abnehmende fluide Intelligenz ausgleichen und

zwar über **Erfahrungskompetenzen**

d.h. Fähigkeit neue Informationen in bereits bestehende Zusammenhänge einzuordnen.

Erfahrungskompetenzen werden erworben über vielfältige Auseinandersetzung mit Problemstellungen im Verlauf des Lebens.

Intelligenzleistung

40% der 70-jährigen zeigen nachlassende Intelligenzleistung im Vergleich zu 10 Jahren vorher.

Manche zeigen aber auch Verbesserungen durch aktive Förderung – der **Trainingseffekt** bei alten Menschen ist sehr hoch!

Potenzial der Förderung wird kulturell und sozial kaum genutzt. – Der Abbau geht oft mit einer vorhergehenden Monotonie im Alltagsleben einher.

Lernprozesse auch im Alter ermöglichen!

Förderung heißt:

Bessere Strukturierung von alltäglichen Abläufen, um Verarbeitung zu erleichtern!

Häufige Wiederholungen verwenden!

Umgang mit verschiedenen Materialien …

Gesundheit im subjektiven Erleben hängt stark mit der Teilnahme an Möglichkeiten aktiver Lebensgestaltung zusammen:

- **Selbstwirksamkeit!**

Gesellschaftliche Entwicklung

Erwartung einiger Soziologen:

Es könnte es in einer alternden Gesellschaft langfristig zu einer **Entschleunigung** von Arbeitsprozessen, des Warentransfers und des Informationsflusses kommen, um die Orientierungsleistungen in der Gesellschaft zu verbessern. - **Wie denken Sie darüber?**